

# UPROSZCZONA OFERTA REALIZACJI ZADANIA PUBLICZNEGO

## POUCZENIE co do sposobu wypełniania oferty:

Ofertę należy wypełnić wyłącznie w białych pustych polach, zgodnie z instrukcjami umieszczonymi przy poszczególnych polach lub w przypisach.

Zaznaczenie gwiazdką, np. "pobieranie\*/niepobieranie\*" oznacza, że należy skreślić niewłaściwą odpowiedź i pozostawić prawidłową. Przykład: "pobieranie\*/niepobieranie\*".

## I. Podstawowe informacje o złożonej ofercie

<b>1. Organ administracji publicznej, do którego adresowana jest oferta</b>	Biuro Pomocy i Projektów Społecznych Urzędu m.st. Warszawy
<b>2. Rodzaj zadania publicznego<sup>1)</sup></b>	1) pomoc społeczna, w tym pomoc rodzinom i osobom w trudnej sytuacji życiowej oraz wyrównywanie szans tych rodzin i osób

## II. Dane oferenta(-tów)

<b>1. Nazwa oferenta(-tów), forma prawna, numer w Krajowym Rejestrze Sądowym lub innej ewidencji, adres siedziby, strona www, adres do korespondencji, adres e-mail, numer telefonu</b>	
Nazwa: <b>Ingenium - Stowarzyszenie Ludzi Aktywnych</b> , Forma prawna: <b>Stowarzyszenie Rejestrowe</b> , Numer Krs: <b>0000343762</b> , Kod pocztowy: <b>03-982</b> , Poczta: <b>Warszawa</b> , Miejscowość: <b>Warszawa</b> , Ulica: <b>ul. J. Meissnera</b> , Numer posesji: <b>12</b> , Województwo: <b>mazowieckie</b> , Powiat: <b>Warszawa</b> , Gmina: <b>Praga-Południe (dzielnica)</b> , Strona www: <b>www.centrumingenium.pl</b> , Adres e-mail: <b>kontakt@centrumingenium.pl</b> , Numer telefonu: <b>515260665</b> ,	
Adres do korespondencji jest taki sam jak adres oferenta	
<b>2. Dane osoby upoważnionej do składania wyjaśnień dotyczących oferty (np. imię i nazwisko, numer telefonu, adres poczty elektronicznej)</b>	<b>Aneta Brzozowska</b> <b>Adres e-mail: aneta.psychoterapia@gmail.com Telefon: 515260631</b>

## III. Zakres rzeczowy zadania publicznego

<b>1. Tytuł zadania publicznego</b>	Centrum Ingenium - wakacyjna grupa dla młodzieży			
<b>2. Termin realizacji zadania<sup>2)</sup></b>	Data rozpoczęcia	01.07.2026	Data zakończenia	25.09.2026

<b>3. Syntetyczny opis zadania (wraz ze wskazaniem miejsca jego realizacji)</b>
---

## Opis zadania

Centrum Ingenium- wakacyjne grupy dla młodzieży - edycja 3, to projekt oferujący młodzieży z m.st. Warszawy dostęp w wakacje do grupy terapeutyczno - rozwojowej doskonalącej umiejętności psychospołeczne. Grupa dla młodzieży jest uzupełnieniem dotychczasowej oferty terapeutycznej Centrum Ingenium. Naszym zadaniem jest zapewnienie działań terapeutycznych dla młodzieży 13-17 lat w trakcie wakacji, kiedy często młodzież ma przerwę wakacyjną od terapii, a przy tym trudność w skorzystaniu z wyjazdów wakacyjnych. Ponadto w trakcie roku szkolnego przy dużej ilości zajęć, młodzieży trudno wygospodarować czas na dodatkowe zajęcia terapeutyczne, wakacje to dobry czas aby to nadrobić. Grupy są skierowane do młodzieży mającej różne trudności emocjonalne, zaburzenia psychiczne, korzystającej być może już z terapii indywidualnej, często wykluczonej i 'wypadającej z systemu szkolnego'. Z reguły dzieciaki z takimi trudnościami nie wyjeżdżają na obozy, bo obawiają się czy sobie poradzą, często zaczynają dużo przesiadywać w domu. Zależy nam na aktywizacji, włączaniu do grupy i podtrzymywaniu działań terapeutycznych. Często w trakcie takich grup zawiązują się przyjaźnie, które są podtrzymywane przez dalszy czas. Celem jest dostarczenie wiedzy i narzędzi do radzenia sobie z trudnościami emocjonalnymi. Projekt skierowany jest do mieszkańców wszystkich dzielnic m.st. Warszawy. W ramach projektu zostaną przeprowadzone:- konsultacje psychologiczno-pedagogiczne, które mają pomóc w kwalifikacji do grupy oraz ewentualnie pokierować do innej pomocy w Stowarzyszeniu lub innych organizacjach pomocowych; 1-2h konsultacji mogą zostać przeznaczone dla jednej rodziny. Również omówienie po grupie i udzielanie dalszych wskazówek będzie możliwe w razie potrzeby. W sumie planujemy 16h konsultacji.- 1 grupa czterodniowa- doskonalące umiejętności psychospołeczne. W grupie będzie do 8 osób. Zajęcia będą odbywać się od poniedziałku do czwartku po 3h zegarowe. Czyli w sumie 12h. Chcemy przekazać umiejętności radzenia sobie z trudnymi emocjami, ćwiczenia uważności oraz umiejętności związanych z relacjami z innymi ludźmi. Chcemy, aby to był również przyjemny czas bycia w grupie i otrzymania wsparcia. Grupa będzie prowadzona przez 2 terapeutów.

Nasze doświadczenia wskazują na dużą potrzebę takich grup, obecnie posiadamy długą listę oczekujących. Osoby wciąż pytają o ofertę grup w szczególności bezpłatnych- co w obecnych czasach jest istotne. Koszty terapii indywidualnej i grupowej przewyższają często możliwości finansowe rodzin.

Projekt Centrum Ingenium- wakacyjne grupy dla młodzieży był już realizowany w roku 2023 i 2024 w okresie czerwiec- wrzesień i cieszył się dużym zainteresowaniem. Projektem objęto 52 osoby (konsultacje psychologiczno-pedagogiczne, udział w grupach dla młodzieży). W przeprowadzonej ankiecie końcowej wśród uczestników grup, większość uczestników oceniła spotkania grupy jako przydatne. Większość stwierdziła, że zwiększyła się ich wiedza na temat możliwych sposobów poradzenia sobie z trudnościami. Wszyscy ankietowani uczestnicy określili, że podczas spotkań panowała dobra atmosfera, która sprzyjała komunikacji i współpracy, a prowadzący przekazywali wiedzę w sposób zrozumiały i przystępny. Wszyscy ankietowani poleciłiby spotkania grupy innym nastolatkom. Jeden z ankietowanych dopisał w ankiecie : „najlepsze zajęcia na jakich w tym roku byłam”.

Prowadzona dotychczas przez Stowarzyszenie pomoc i wsparcie dla mieszkańców dzielnicy wskazują potrzebę pomocy osobom w trudnej sytuacji życiowej, będących w grupie ryzyka skazani na marginalizację społeczną, ze względu na trudności emocjonalne, kryzysy psychiczne, a także doświadczenia choroby psychicznej. Zgłaszają się do nas osoby z tymi problemami, które starają się pełnić role społeczne jednak potrzebują ogromnego wsparcia. Okres oczekiwania na pomoc w ramach placówek NFZ jest bardzo długi, a często osoby nie wiedzą nawet gdzie mogą się udać.

Specjalistyczna pomoc dla dzieci z zaburzeniami emocjonalnymi oraz psychicznymi jest również ograniczona. Dodatkowo wsparcie udzielane w Stowarzyszeniu nie kojarzy się z instytucją szpitala, a ciepłem domowym, co dla wielu osób doświadczających zranienia emocjonalnego jest bardzo ważnym czynnikiem.

Zostaną zakupione niezbędne materiały do zajęć, np. papier, flamastry, gry.

Koordynator zajmie się rekrutacją i realizacją, rozliczeniem projektu pod względem merytorycznym i finansowym.

Biuro księgowo będzie odpowiedzialne za wystawianie rachunków, księgowanie faktur, wyliczanie świadczeń ZUS i US. Odpowiedzialne będzie za prowadzenie wyodrębnionej ewidencji księgowej projektu.

#### **Miejsce realizacji**

Centrum Ingenium, ul. Meissnera 12, 03-982 Warszawa (umowa bezpłatnego użyczenia lokalu od Spółdzielni Mieszkaniowej Orlik-Jantar)

<b>4. Opis zakładanych rezultatów realizacji zadania publicznego</b>		
<b>Nazwa rezultatu</b>	<b>Planowany poziom osiągnięcia rezultatów (wartość docelowa)</b>	<b>Sposób monitorowania rezultatów / źródło informacji o osiągnięciu wskaźnika</b>
konsultacje psychologiczne - diagnoza problemu, dobór odpowiedniej formy pomocy, udzielenie wsparcia.	do 16 osób	karta konsultacji, formularz zapisu
grupa terapeutyczno - rozwojowa: 1.Wzrost samooceny 2.Rozwój umiejętności psychospołecznych związanych m.in. z emocjami, współpracą w grupie, nawiązywaniem relacji-praca nad konkretnymi umiejętnościami zależna od wypełnionych kwestionariuszy	ad 1. u 75%beneficjentów; ad 2. u 75%beneficjentów;	-formularz zapisu, -lista obecności -arkusz oceny umiejętności psychospołecznych wypełniony przed i po grupie -ankieta dla uczestników

#### **5. Krótka charakterystyka Oferenta, jego doświadczenia w realizacji działań planowanych w ofercie oraz zasobów, które będą wykorzystywane w realizacji zadania.**

## **Charakterystyka oferenta**

Stowarzyszenie INGENIUM działa od 2009 roku, początkowo stały zespół stowarzyszenia prowadził świetlice socjoterapeutyczna SZAFKA- działająca od 2004r do 2013r na warszawskim Goławiu. Od 2014 roku Stowarzyszenie INGENIUM prowadzi psychoterapeutyczne Centrum Ingenium, w którym udzielana jest pomoc i wsparcie terapeutyczne dla mieszkańców Warszawy. Każdego roku ilość beneficjentów korzystających z pomocy wzrasta. W 2021 z bezpłatnej pomocy (psychoterapia dorosłych oraz dzieci i młodzieży, warsztaty dla rodziców, grupy rozwojowo-terapeutyczne, terapia rodzin, konsultacje psychologiczne) w Centrum Ingenium skorzystało około 450 osób, a w 2023 około 220 osób, w 2025 - 133 osoby (mniejsza liczba jest wynikiem braku dotacji na realizację projektów bezpłatnej pomocy). Nasze wieloletnie doświadczenia pokazuje, że drastycznie wzrasta potrzeba wsparcia zwłaszcza dla młodzieży i ich rodzin.

Pomoc w Centrum Ingenium kierowana jest do dzieci, młodzieży oraz dorosłych przeżywających trudności/kryzysy psychiczne. Odpowiednia diagnoza, którą przeprowadzają specjaliści Centrum, to dobór skutecznej pomocy. Leczymy fobie, lęk, depresje, objawy somatyczne, pracujemy z zaburzeniami zachowania. Wspieramy osoby uzależnione, współuzależnione, ofiary przemocy. Udzielamy wsparcia również rodzicom i dzieciom rozwijającym się w spektrum autyzmu (m.in Zespół Aspergera czy ADHD). W Centrum Ingenium prowadzone są różne formy pomocy indywidualnej– konsultacje psychologiczno-pedagogiczne, psychoterapia, psychoterapia uzależnień oraz grupowej– warsztaty dla rodziców, dzieci i młodzieży, grupy dla dzieci i młodzieży, terapia rodzinna oraz szkolenia dla specjalistów.

## **Doświadczenia w realizacji działań planowanych w ofercie**

Doświadczenia w realizacji działań planowanych w ofercie Programy pomocy realizowane przez Ingenium- Stowarzyszenie Ludzi Aktywnych przy wsparciu Administracji publicznej.

2025

Centrum Ingenium – działania profilaktyczne, edukacyjne oraz interwencyjne w zakresie przeciwdziałania uzależnieniom i towarzyszącej im przemocy adresowane do mieszkańców dzielnicy Praga-Południe. Zadanie współfinansuje Zarząd Dzielnicy Praga-Południe m.st. Warszawy.

Realizacja: marzec- grudzień 2025. Bezpłatne konsultacje psychologiczno-pedagogiczne, psychoterapia, psychoterapia uzależnień, psychoterapia dzieci i młodzieży, terapia rodzinna, warsztaty psychoedukacyjne dla rodziców, szkolenia dla specjalistów.

2024

Działania profilaktyczne, edukacyjne oraz interwencyjne w zakresie przeciwdziałania uzależnieniom od substancji psychoaktywnych oraz behawioralnym i towarzyszącej im przemocy domowej adresowane do mieszkańców dzielnicy Praga-Południe ogłoszonym przez: Urząd Miasta Stołecznego Warszawy- Dzielnica Praga-Południe. Realizacja: marzec- grudzień 2024. Bezpłatne konsultacje psychologiczno-pedagogiczne, psychoterapia, psychoterapia uzależnień, terapia rodzinna, grupy rozwojowo-terapeutyczne, wideotrening komunikacji VIT, warsztaty psychoedukacyjne dla rodziców, szkolenia dla specjalistów.

2023

Centrum Ingenium– wakacyjne grupy dla młodzieży finansowany przez Biuro Pomocy i Projektów Społecznych Urzędu m.st. Warszawy. Realizacja: czerwiec- wrzesień 2023. Bezpłatne konsultacje psychologiczno-pedagogiczne, dwie grupy treningowe dla młodzieży doskonalące umiejętności społeczne.

Centrum Ingenium– działania profilaktyczne, edukacyjne oraz interwencyjne w zakresie przeciwdziałania uzależnieniom i towarzyszącej im przemocy adresowane do mieszkańców dzielnicy Praga– Południe. Zadanie współfinansuje Zarząd Dzielnicy Praga- Południe m.st. Warszawy. Realizacja: marzec- grudzień 2023. Bezpłatne konsultacje psychologiczno-pedagogiczne, psychoterapia, psychoterapia uzależnień, psychoterapia dzieci i młodzieży, terapia rodzinna, grupy rozwojowo-terapeutyczne, warsztaty psychoedukacyjne dla rodziców, szkolenia dla specjalistów.

Centrum Ingenium– działania profilaktyczne, edukacyjne oraz interwencyjne w zakresie przeciwdziałania uzależnieniom i towarzyszącej im przemocy adresowane do mieszkańców dzielnicy Praga– Południe. Zadanie współfinansuje Zarząd Dzielnicy Praga- Południe m.st. Warszawy. Realizacja: marzec- grudzień 2022. Bezpłatne konsultacje psychologiczno-pedagogiczne, psychoterapia, psychoterapia uzależnień, psychoterapia dzieci i młodzieży, terapia rodzinna, grupy rozwojowo-terapeutyczne, warsztaty psychoedukacyjne dla rodziców.

Centrum Ingenium– działania profilaktyczne, edukacyjne oraz interwencyjne w zakresie przeciwdziałania uzależnieniom i towarzyszącej im przemocy adresowane do mieszkańców dzielnicy Praga– Południe. Zadanie współfinansuje Zarząd Dzielnicy Praga- Południe m.st. Warszawy. Realizacja: marzec- grudzień 2021. Bezpłatne konsultacje psychologiczno-pedagogiczne, psychoterapia, psychoterapia uzależnień, psychoterapia dzieci i młodzieży, terapia rodzinna, grupy rozwojowo-terapeutyczne, trening kontroli złości, warsztaty psychoedukacyjne dla rodziców.

Centrum Ingenium– poradnictwo rodzinne. Organizowanie i prowadzenie poradnictwa rodzinnego skierowanego do rodzin z problemami opiekuńczo-wychowawczymi oraz wsparcia doradczo edukacyjnego osób/rodzin w procesie rozwiązywania problemów życiowych z terenu Warszawy. Wsparcie zadania przez Urząd Miasta Stołecznego Warszawy. Realizacja grudzień 2018– listopad 2021. Bezpłatne: konsultacje psychologiczno-pedagogiczne, poradnictwo kryzysowe, wsparcie rodzin, psychoterapia indywidualna, psychoterapia uzależnień, terapia dzieci i młodzieży, warsztaty dla rodziców, grupy wsparcia i terapeutyczne, terapia rodzin, Program Wzmacniania Rodziny, Wideotrening Komunikacji.

Centrum Ingenium- wsparcie w kryzysie realizacja w ramach Programu Wsparcia Doraźnego Organizacji Pozarządowych w Zakresie Przeciwdziałania Skutkom COVID-19 finansowanego przez Narodowy Instytut Wolności– Centrum Rozwoju Społeczeństwa Obywatelskiego. Realizacja kwiecień-listopad 2020

Bliżej siebie dalej od przemocy– realizacja programów profilaktyczno- edukacyjnych mających na celu przeciwdziałanie przemocy w rodzinie, skierowanych do mieszkańców Dzielnicy Ursynów m.st. Warszawy. Zadanie finansowane przez Zarząd Dzielnicy Ursynów m.st. Warszawy. Realizacja: marzec-grudzień 2020. Bezpłatne konsultacje dla rodziców , grupa wsparcia dla dzieci, warsztaty dla rodziców, warsztaty psychoedukacyjne dla uczniów szkół.

Centrum Ingenium– działania profilaktyczne, edukacyjne oraz interwencyjne w zakresie przeciwdziałania uzależnieniom i towarzyszącej im przemocy adresowane do mieszkańców dzielnicy Praga– Południe. Zadanie finansuje Zarząd Dzielnicy Praga- Południe m.st. Warszawy. Realizacja: marzec- grudzień 2020. Bezpłatne konsultacje psychologiczno-pedagogiczne, psychoterapia, psychoterapia uzależnień, psychoterapia dzieci i młodzieży, terapia rodzinna, treningi umiejętności społecznych.

Centrum Ingenium– poradnictwo rodzinne. Organizowanie i prowadzenie poradnictwa rodzinnego skierowanego do rodzin z problemami opiekuńczo-wychowawczymi oraz wsparcia doradczo edukacyjnego osób/rodzin w procesie rozwiązywania problemów życiowych z terenu Warszawy. Wsparcie zadania przez Urząd Miasta Stołecznego Warszawy. Realizacja grudzień 2018– listopad 2021. Bezpłatne: konsultacje psychologiczno-pedagogiczne, poradnictwo kryzysowe, wsparcie rodzin, psychoterapia indywidualna, psychoterapia uzależnień, terapia dzieci i młodzieży, warsztaty dla rodziców, grupy wsparcia i terapeutyczne, Program Wzmacniania Rodziny, Wideotrening Komunikacji.

2019

Centrum Ingenium– działania profilaktyczne, edukacyjne oraz interwencyjne w zakresie przeciwdziałania uzależnieniom i towarzyszącej im przemocy adresowane do mieszkańców Dzielnicy Praga– Południe. Wsparcie zadania przez Zarząd Dzielnicy Praga- Południe m.st. Warszawy. Realizacja marzec- grudzień 2019. Bezpłatne konsultacje psychologiczno- pedagogiczne, psychoterapia, psychoterapia uzależnień, terapia dzieci i młodzieży, treningi umiejętności społecznych, trening kontroli złości, Grupa Motywująca. Bliżej siebie dalej od przemocy i uzależnień– działania profilaktyczne i prorozwojowe jako alternatywa wobec uzależnienia od alkoholu i przeciwdziałania przemocy. Zadanie finansowane przez Zarząd Dzielnicy Ursynów m.st. Warszawy. Realizacja: wrzesień-grudzień 2019. Bezpłatne konsultacje dla rodziców , grupa wsparcia dla dzieci, warsztaty dla rodziców.

Centrum Ingenium– poradnictwo rodzinne. Organizowanie i prowadzenie poradnictwa rodzinnego skierowanego do rodzin z problemami opiekuńczo-wychowawczymi oraz wsparcia doradczo edukacyjnego osób/rodzin w procesie rozwiązywania problemów życiowych z terenu Warszawy. Wsparcie zadania przez Urząd Miasta Stołecznego Warszawy. Realizacja grudzień 2018– listopad 2021. Bezpłatne: konsultacje psychologiczno-pedagogiczne, poradnictwo kryzysowe, wsparcie rodzin, psychoterapia indywidualna, psychoterapia uzależnień, terapia dzieci i młodzieży, warsztaty dla rodziców, grupy wsparcia i terapeutyczne, Program Wzmacniania Rodziny, Wideotrening Komunikacji.

2018

Centrum Ingenium– poradnictwo rodzinne. Organizowanie i prowadzenie poradnictwa rodzinnego skierowanego do rodzin z problemami opiekuńczo-wychowawczymi oraz wsparcia doradczo edukacyjnego osób/rodzin w procesie rozwiązywania problemów życiowych z terenu Warszawy. Wsparcie zadania przez Urząd Miasta Stołecznego Warszawy. Realizacja grudzień 2018- listopad 2021. Bezpłatne: konsultacje psychologiczno-pedagogiczne, poradnictwo kryzysowe, wsparcie rodzin, psychoterapia indywidualna, psychoterapia uzależnień, terapia dzieci i młodzieży, warsztaty dla rodziców, grupy wsparcia i terapeutyczne, Program Wzmacniania Rodziny, Wideotrening Komunikacji.

Centrum Ingenium- mały grant realizowany w ramach zadania publicznego Przeciwdziałanie uzależnieniom i patologiom społecznym finansowanego przez Urząd Dzielnicy Praga Południe M.St. Warszawy. Realizacja październik- grudzień 2018r. Bezpłatna pomoc psychologiczno- pedagogiczna, psychoterapia, terapia dzieci i młodzieży.

Centrum Ingenium– działania diagnostyczne, profilaktyczne, edukacyjne oraz interwencyjne w zakresie przeciwdziałania uzależnieniom i towarzyszącej im przemocy adresowane do mieszkańców i profesjonalistów Dzielnicy Praga– Południe. Wsparcie zadania przez Zarząd Dzielnicy Praga

Południe m.st. Warszawy. Realizacja luty- grudzień 2018. Bezpłatna pomoc psychologiczno - pedagogiczna, psychoterapia, psychoterapia uzależnień, terapia dzieci i młodzieży, wsparcie rodzin, treningi umiejętności społecznych, warsztaty dla rodziców.

Centrum INGENIUM– profilaktyka to projekt wielowymiarowej pomocy rodzinom i osobom z problemem uzależnienia od alkoholu, przemocy, bądź ryzyka wystąpienia ww. zagrożeń, pochodzących z terenu m.st. Warszawy, z dzielnicy Praga Południe. Wsparcie zadania przez Zarząd Dzielnicy Praga- Południe m.st. Warszawy. Realizacja sierpień- grudzień 2018. Bezpłatne konsultacje psychologiczno- pedagogiczne; treningi umiejętności społecznych; wsparcie rodzin; grupy wsparcia dla osób w wieku 18-25 i 16-19 lat, Program Wzmacniania Rodziny; trening kontroli złości.

2017

Centrum Ingenium- mały grant realizowany w ramach zadania publicznego Przeciwdziałanie uzależnieniom i patologiom społecznym finansowanego przez Urząd Dzielnicy Praga Południe M.St. Warszawy. Realizacja wrzesień- listopad 2017r. Bezpłatna pomoc psychologiczno- pedagogiczna, psychoterapia, psychoterapia uzależnień, terapia dzieci i młodzieży, trening umiejętności społecznych. Przeciwdziałanie uzależnieniom i patologiom społecznym.

Centrum INGENIUM– projekt

wielowymiarowej pomocy rodzinom i osobom z problemem uzależnienia od alkoholu, przemocy, bądź ryzyka wystąpienia ww zagrożeń, pochodzących z terenu m.st. Warszawa Dzielnica Praga Południe. Wsparcie zadania przez Zarząd Dzielnicy Praga- Południe m.st. Warszawy. Realizacja luty - grudzień 2017. Bezpłatna pomoc psychologiczno- pedagogiczna, psychoterapia, psychoterapia uzależnień, terapia dzieci i młodzieży, treningi umiejętności społecznych.

2016

Bezpłatna pomoc dla osób zagrożonych wykluczeniem. W ramach realizacji małego grantu na zadanie Pomoc społeczna, w tym pomoc rodzinom i osobom w trudnej sytuacji życiowej oraz wyrównywanie szans tych rodzin i osób finansowanych przez m. st. Warszawa- Dzielnica Praga Południe. Realizacja listopad- grudzień 2016r. Bezpłatna pomoc psychologiczno- pedagogiczna, psychoterapia oraz terapia dziecka.

Mogę inaczej– Prowadzenie działalności wspierającej osoby uzależnione od alkoholu i ich rodziny zamieszkujące w Dzielnicy Praga Południe na terenie objętym programem rewitalizacji finansowanej przez m. st. Warszawa- Dzielnica Praga Południe. Realizacja: wrzesień- grudzień 2016 r. Bezpłatna pomoc psychologiczna: psychoterapia, psychoterapia uzależnień, konsultacje, warsztaty kontroli złości dla dorosłych, grupy wsparcia, treningi umiejętności społecznych. dla dzieci.

Centrum INGENIUM– specjalistyczna pomoc terapeutyczna dla dzieci, młodzieży i ich rodzin oraz innych dorosłych w ramach zadania: działania diagnostyczne, profilaktyczne, edukacyjne oraz interwencyjne w zakresie przeciwdziałania uzależnieniom i towarzyszącej im przemocy adresowane do mieszkańców i profesjonalistów Dzielnicy Praga– Południe, wspierane przez m.st. Warszawa Dzielnica Praga Południe. Realizacja: marzec-grudzień 2016. Kompleksowa oferta profesjonalnej pomocy–konsultacje psychologiczno-pedagogiczne, psychoterapia, psychoterapia uzależnień, treningi umiejętności społecznych, terapia indywidualna dziecka.

2015

Centrum INGENIUM– specjalistyczna pomoc terapeutyczna dla dzieci, młodzieży i ich rodzin w ramach zadania: działania profilaktyczne, edukacyjne i interwencyjne w zakresie przeciwdziałania uzależnieniom i towarzyszącej im przemocy adresowane do profesjonalistów i mieszkańców Dzielnicy Praga– Południe, wspierane przez m.st. Warszawa-Dzielnica Praga Południe. Realizacja: luty-grudzień 2015. Kompleksowa oferta profesjonalnej pomocy– konsultacje psychologiczno - pedagogiczne, psychoterapia, psychoterapia uzależnień, treningi umiejętności społecznych, terapia indywidualna dziecka.

2014

Program edukacyjno-profilaktyczny „Nie piję, bo tak” finansowany z środków Zarządu Województwa Mazowieckiego. Realizacja: maj-październik 2014. Warsztaty profilaktyczne dla szkół, warsztaty profilaktyczne, krótkoterminowa terapia uzależnień, konsultacje psychologiczno - pedagogiczne.

Program CRE-O!– w ramach zadania: edukacja dla bezpieczeństwa wspierany przez m.st. Warszawa Biuro Edukacji. Realizacja kwiecień-grudzień 2014. Program zwiększający umiejętności miękkie uczniów, rodziców, nauczycieli.

Program MOwa -Młodzi Obywatele w Akcji edycja III– w ramach zadania: edukacja obywatelska, wspierany przez m.st. Warszawa Biuro Edukacji. Realizacja kwiecień-grudzień 2014– warsztaty z zakresu praw dziecka, tworzenia inicjatyw społecznych dla uczniów, samorządów uczniowskich oraz nauczycieli.

Centrum Rozwoju Człowieka -profesjonalna pomoc w ramach zadania: działania profilaktyczne, edukacyjne i interwencyjne w zakresie przeciwdziałania uzależnieniom i towarzyszącej im przemocy adresowane do profesjonalistów i mieszkańców Dzielnicy Praga– Południe, wspierane przez m.st. Warszawa Dzielnica Praga Południe. Realizacja: luty-grudzień 2014. Kompleksowa oferta profesjonalnej pomocy–konsultacje psychologiczno pedagogiczne, psychoterapia, psychoterapia uzależnień, socjoterapia, terapia indywidualna dziecka, terapia dziecka, terapia zajęciowa, trening pewności siebie, warsztat dla profesjonalistów.

Program przyKUCnij- kształtowanie umiejętności człowieka w ramach zadania: realizacja programu mającego na celu przeciwdziałania przemocy w rodzinie wspierany przez m.st. Warszawa-Dzielnica Ursynów. Realizacja: luty-grudzień 2014. Kompleksowy program profilaktyki przemocy dla SP 323 im. Polskich Olimpijczyków w Warszawie- socjoterapia, warsztaty umiejętności społecznych dla uczniów, warsztaty dla rodziców i nauczycieli.

Program przyKUCnij- kształtowanie umiejętności człowieka w ramach zadania: realizacja programu mającego na celu przeciwdziałania alkoholizmowi i przemocy w rodzinie wspierany przez m.st. Warszawa-Dzielnica Bielany. Realizacja: luty-grudzień 2014. Kompleksowy program profilaktyki przemocy dla SP 209 im. Hanki Ordonówny w Warszawie- socjoterapia, warsztaty umiejętności społecznych dla uczniów, warsztaty dla rodziców i nauczycieli

Program profilaktyki selektywnej „Narkotykom-Nie” w ramach zadania: przeciwdziałanie uzależnieniom i patologiom społecznym w dziedzinie narkomanii, finansowany przez Krajowe Biuro ds. przeciwdziałania narkomanii. Program obejmuje grupy wsparcia dla rodziców, grupy socjoterapeutyczne dla młodzieży oraz realizację Programu Wspierania Rodziny.

2013

Program przyKucnij- kształtowanie umiejętności w ramach zadania: realizacja programu mającego na celu przeciwdziałania przemocy w rodzinie wspierany przez m.st. Warszawa-Dzielnica Ursynów. Realizacja: październik-grudzień 2013. Kompleksowy program profilaktyki przemocy dla SP 323 im.Polskich Olimpijczyków w Warszawie socjoterapia, warsztaty dla uczniów, warsztaty dla rodziców i nauczycieli.

Sześciokąt-Zadanie publiczne w zakresie oświaty i wychowania w 2013 roku. Projekt współfinansowany z Biura Edukacji m. st Warszawy.

Program CRE-O!– w ramach zadania: edukacja dla bezpieczeństwa wspierany przez m.st. Warszawa Biuro Edukacji. Program zwiększający umiejętności miękkie uczniów, rodziców, nauczycieli. Program MOwA-Młodzi Obywatele w Akcji edycja II– w ramach zadania: edukacja obywatelska, wspierany przez m.st. Warszawa Biuro Edukacji. Program edukacji obywatelskiej– warsztaty dla uczniów, samorządów uczniowskich oraz nauczycieli.

SZAFA- program profilaktyczny dla dzieci i młodzieży i ich rodzin. Działania profilaktyczne, edukacyjne i interwencyjne w zakresie przeciwdziałania uzależnieniom i towarzyszącej im przemocy adresowane do profesjonalistów i mieszkańców Dzielnicy Praga Południe. Realizacja: luty-grudzień 2013. Projekt współfinansuje m.st.Warszawa- Dzielnica Praga Południe. Kompleksowy program pomocy rodzinie– psychoterapia, psychoterapia uzależnień, zajęcia dla dzieci, pomoc psychologiczna.

2012

Pomoc społeczna, w tym pomoc rodzinom i osobom w trudnej sytuacji życiowej oraz wyrównywanie szans tych rodzin i osób. Organizacja zajęć dla dzieci i poradnictwo dla rodzin wymagających wsparcia; wspieranie rodzin i osób ze środowisk zagrożonych wykluczeniem społecznym oraz wzmocnienie rozwoju lokalnych sieci wsparcia dla osób ubogich i zagrożonych wykluczeniem społecznym”. Realizacja: lipiec-grudzień 2012. Projekt współfinansowany przez Wojewodę Mazowieckiego.

Działania na rzecz profilaktyki i rozwiązywania problemów alkoholowych. Wspieranie świetlic socjoterapeutycznych, środowiskowych i klubów młodzieżowych, ze szczególnym uwzględnieniem realizacji programów socjoterapii dla dzieci i młodzieży z rodzin dotkniętych problemem alkoholowym. Realizacja: maj– październik 2012. Projekt współfinansowany przez Zarząd Województwa Mazowieckiego.

MOwA–MłodziObywatele wAkcji– program edukacyjny dla dzieci i młodzieży rozbudzający aktywność obywatelską. Realizacja: marzec– grudzień 2012. Projekt współfinansowany przez m.st. Warszawa 2011

Obywatel SZAFA w działaniu. Warsztaty edukacji obywatelskiej w szkołach oraz świetlicy socjoterapeutycznej SZAFA. Okres realizacji: kwiecień– grudzień 2011. Projekt współfinansowany przez m.st. Warszawa

Działania na rzecz profilaktyki i rozwiązywania problemów alkoholowych. Wspieranie świetlic socjoterapeutycznych, środowiskowych i klubów młodzieżowych, ze szczególnym uwzględnieniem realizacji programów socjoterapii dla dzieci i młodzieży z rodzin dotkniętych problemem

alkoholowym. Okres realizacji: czerwiec– wrzesień 2011. Projekt współfinansowany przez Zarząd Województwa Mazowieckiego.

Letnie wietrzenie SZAFY- obóz terapeutyczny. Okres realizacji: lipiec– sierpień 2011. Projekt współfinansowany przez m.st. Warszawa.

Centrum Ingenium– działania profilaktyczne, edukacyjne oraz interwencyjne w zakresie przeciwdziałania uzależnieniom i towarzyszącej im przemocy adresowane do mieszkańców Dzielnicy Praga– Południe. Wsparcie zadania przez Zarząd Dzielnicy Praga- Południe m.st. Warszawy. Realizacja marzec- grudzień 2019. Bezpłatne konsultacje psychologiczno- pedagogiczne, psychoterapia, psychoterapia uzależnień, terapia dzieci i młodzieży, treningi umiejętności społecznych, trening kontroli złości, Grupa Motywująca.

### **Zasoby, które będą wykorzystywane w realizacji zadania**

#### Zasoby kadrowe

Wieloletni pracownicy i wolontariusze Ingenium-Stowarzyszenia Ludzi Aktywnych. Osoby nie karane i nie rejestrowane w Rejestrze Sprawców Przestępstw na Tle Seksualnym.

Pedagog, certyfikowany psychoterapeuta poznawczo- behawioralny, certyfikowany terapeuta DBT, trener ART (Treningu Zastępowania Agresji), trener Wideotreningu Komunikacji- VIT, certyfikowany Terapeuta Motywujący, Edukator rodzinny nr zaśw. 87/VI/2012/OSM, wychowawca podwórkowy. Pracuje z dziećmi i rodzicami od 20 lat. Pracuje z dziećmi i młodzieżą indywidualnie i grupowo, posiada doświadczenie w pracy jako wychowawca w świetlicy socjoterapeutycznej, pedagog szkolny, konsultant pedagogiczny w zespole ds. pomocy rodzinie przy PCPR. Posiada wieloletnie doświadczenie w pracy z rodzinami zastępczymi. Przeprowadziła ponad 600h warsztatów w szkołach z uczniami, rodzicami, nauczycielami. Ukończyła 4-letnie szkolenie psychoterapii poznawczo- behawioralnej w Akademia Myśli i Emocji. Pracuje w klinice psychiatrii. Pracuje pod stałą superwizją.

Psychoterapeuta w trakcie certyfikacji w Polskim Towarzystwie Psychiatrycznym, terapeuta rodzinny, terapeuta EMDR, psycholog, socjoterapeuta, pedagog resocjalizacyjny, edukator profilaktyki uzależnień. Ukończyła 4-letnie całonocne szkolenie psychoterapeutyczne akredytowane przez Polskie Towarzystwo Psychiatryczne w Szkole Psychoterapii Dialog dawniej MABOR, przygotowujące do prowadzenia psychoterapii indywidualnej osób dorosłych i dzieci oraz terapii rodzinnej i par. Ukończyła szkolenia z zakresu pracy terapeutycznej z traumą EMDR w tym moduły terapii EMDR dla dzieci i młodzieży. Odbiła staż psychoterapeutyczny (316h) w Klinice Psychiatrii Dzieci i Młodzieży w Instytucie Psychiatrii i Neurologii w Warszawie. Dziewięć lat pracowała jako psycholog w szkole podstawowej. Pracuje również jako terapeuta rodzinny w Poradni Psychiatrycznej Dzieci i Młodzieży w Instytucie "Pomnik Centrum Zdrowia Dziecka" w Warszawie. Pracuje pod stałą superwizją.

Psycholog, ukończyła Akademię Pedagogiki Specjalnej na specjalizacji psychologia kliniczna. Ukończyła szkolenie przygotowujące do prowadzenia treningów umiejętności społecznych w Centrum Szkoleniowo-Terapeutycznym Sens oraz studia Przygotowanie Pedagogiczne dla psychologów w Collegium Humanum. Aktualnie podczas studiów podyplomowych z Wczesnego Wspomagania Rozwoju Dziecka i Wsparcia Rodziny oraz I stopnia Terapii Skoncentrowanej na Rozwiązaniach. Swoje doświadczenie zdobywała między innymi jako stażystka w Ośrodku Pomocy Społecznej dzielnicy Bemowo, w ośrodku wsparcia dla osób z doświadczeniem choroby psychicznej

„Tęczowy Uśmiech” oraz w Warszawskim Ośrodku Interwencji Kryzysowej i w Telefonie Zaufania dla osób ze społeczności LGBTQ+ stowarzyszenia Lambda. Doświadczenie z dziećmi zdobywała głównie w Fundacji Dajemy Dzieciom Siłę, gdzie pracowała w Telefonie Zaufania dla Dzieci i Młodzieży oraz pracując jako psycholog w Towarzystwie Przyjaciół Dzieci oraz psycholog szkolny w sp podstawowej. Oprócz tego prowadzi wsparcie dzieci i młodzieży, konsultacje wychowawcze oraz warsztaty dla rodziców.

Koordinator projektu: Osoba posiadająca wieloletnie doświadczenie w koordynowaniu projektów z środków publicznych. Koordynator projektu będzie odpowiedzialny za merytoryczną i finansową stronę projektu.

Obsługa księgową: Biuro księgowo posiadające wieloletnie doświadczenie w prowadzeniu księgowości organizacji pozarządowych.

Zasoby rzeczowe:

Stowarzyszenie korzysta z użyczonego przez Spółdzielnię Mieszkaniową Orlik Jantar lokalu. Lokal to 3 sale, w których odbywają się zajęcia indywidualne i grupowe, zaplecze kuchenne tzw. poczekalnia, toaleta i biuro. Zaplecze kuchenne, w tym mikrofalówka, czajnik, będą służyć do przygotowywania poczęstunku dla uczestników grupy.

Organizacja posiada laptopa ,dwa tablety, rzutnik multimedialny oraz urządzenie wielofunkcyjne, niszczarkę - które będą wykorzystywane do prowadzenia szkoleń online, komunikacji z beneficjentami poprzez email, przygotowywania materiałów merytorycznych, obsługi strony www, promocji na fb, druku materiałów, formularzy, ankiet do warsztatów. Lokal został przystosowany do panującej sytuacji epidemiologicznej. Posiada środki do dezynfekcji w tym m.in łokciowy oraz bezdotykowy dozownik do płynu dezynfekującego. Gabinety wyposażone są w sterylizatory powietrza z promieniowaniem UV-C, które skutecznie oczyszczą powietrze z wirusów itp.

Organizacja posiada jedną lampę bakterioobójczą UV-C do sterylizacji powierzchni.

Organizacja posiada dużą kolekcję pomocy terapeutycznych (gier ,kart, zabawek), mających zastosowanie terapeutyczne, oraz bogatą bibliotekę literatury fachowej, z której mogą korzystać zatrudnieni specjaliści oraz beneficjenci.

Zadanie będzie realizowane w sposób zapewniający dostępność w zakresie minimalnym osobom ze szczególnymi potrzebami w obszarach dostępności: architektonicznej, informacyjno - komunikacyjnej oraz cyfrowej, zgodnie z ustawą z dnia 19 lipca 2019 r. art. 6 ustawy o zapewnianiu dostępności osobom ze szczególnymi potrzebami .

#### IV. Szacunkowa kalkulacja kosztów realizacji zadania publicznego

Lp.	Rodzaj kosztu	Wartość PLN	Z dotacji	Z innych źródeł
1.	Prowadzenie konsultacji psychologiczno - pedagogicznych (16h x 150 zł)	2 400,00		
2.	Prowadzenie grupy terapeutyczno - rozwojowej ( 12h x 170zł x 2 os)	4 080,00		
3.	Koordinacja ( 3 mies x 250 zł)	750,00		

4.	Obsługa księgową projektu (3 mies x 200 zł)	600,00		
5.	Materiały do zajęć (komplet)	300,00		
<b>Suma wszystkich kosztów realizacji zadania</b>		<b>8 130,00</b>	<b>8 130,00</b>	<b>0,00</b>

## V. Oświadczenia

Oświadczam(y), że:

- 1) proponowane zadanie publiczne będzie realizowane wyłącznie w zakresie działalności pożytku publicznego oferenta(-tów);
- 2) pobieranie świadczeń pieniężnych będzie się odbywać wyłącznie w ramach prowadzonej odpłatnej działalności pożytku publicznego;
- 3) oferent\* / oferenci\* składający niniejszą ofertę nie zalega(-ją)\* / zalega(-ją)\* z opłacaniem należności z tytułu zobowiązań podatkowych;
- 4) oferent\* / oferenci\* składający niniejszą ofertę nie zalega(-ją)\* / zalega(-ją)\* z opłacaniem należności z tytułu składek na ubezpieczenia społeczne;
- 5) dane zawarte w części II niniejszej oferty są zgodne z Krajowym Rejestrem Sądowym\* / inną właściwą ewidencją\* ;
- 6) wszystkie informacje podane w ofercie oraz załącznikach są zgodne z aktualnym stanem prawnym i faktycznym;
- 7) w zakresie związanym ze składaniem ofert, w tym z gromadzeniem, przetwarzaniem i przekazywaniem danych osobowych, a także wprowadzaniem ich do systemów informatycznych, osoby, których dotyczą te dane, złożyły stosowne oświadczenia zgodnie z przepisami o ochronie danych osobowych.

.....

....

.....

....

.....

....

(podpis osoby  
upoważnionej  
lub podpisy osób  
upoważnionych  
do składania oświadczeń  
woli  
w imieniu oferenta)

Data.....

Załączniki:

1. w przypadku, gdy oferent nie podlega wpisowi w Krajowym Rejestrze Sądowym oraz w ewidencjach prowadzonych przez Prezydenta m.st. Warszawy – kopię aktualnego wyciągu z innego rejestru lub ewidencji, ewentualnie inny dokument potwierdzający status prawny oferenta. Odpis musi być zgodny ze stanem faktycznym i prawnym, niezależnie od tego, kiedy został wydany; *(fakultatywny)*
  2. w przypadku wyboru innego sposobu reprezentacji oferentów składających ofertę niż wynikający z Krajowego Rejestru Sądowego lub innego właściwego rejestru - dokument potwierdzający upoważnienie do działania w imieniu oferenta(-ów); *(fakultatywny)*
  3. kopię umowy lub statutu spółki - w przypadku gdy oferent jest spółką prawa handlowego, o której mowa w art. 3 ust. 3 pkt 4 ustawy z dnia 24 kwietnia 2003 r. o działalności pożytku publicznego i o wolontariacie. *(fakultatywny)*
  4. Fakultatywne załączniki oferenta. *(fakultatywny)*
- 

<sup>1)</sup> Rodzaj zadania zawiera się w zakresie zadań określonych w art. 4 ustawy z dnia 24 kwietnia 2003 r. o działalności pożytku publicznego i o wolontariacie (Dz. U. z 2018 r. poz. 450, z późn. zm.).

<sup>2)</sup> Termin realizacji zadania nie może być dłuższy niż 90 dni.